

Adem – In vs. Uit.

Inhoud.

Is onderverdeeld:

- 1 Inleiding.
- 2 Uitgangspunt.
- 3 Samenvatting.
- 4 Onderbouwing.
- 5 Bijlagen.

1 Inleiding.

Zie module:

- Inleiding.

Deze module gaat in op:

- Wijze van ademen.

2 Uitgangspunt.

Niet van toepassing.

3 Samenvatting.

Is onderverdeeld:

- 1 Algemeen.
- 2 Conclusie.

3.1 Algemeen.

Niet van toepassing.

3.2 Conclusie.

Niet van toepassing.

4 Onderbouwing.

...a = Als waar is.

...i = Is ook waar.

1a Voor *inademen* geldt: via *neus*.

2i Voor *uitademen* geldt: via *mond*.

3a Voor *inademen* geldt: eerst via middenrif, daarna via ribben, gevolgd door via sleutelbeen.

Toelichting:

- Voor capaciteit vergroten longvolume via middenrif geldt: > via ribben.

- Voor capaciteit vergroten longvolume via ribben geldt: > via sleutelbeen.

4i Voor *inademen* geldt: volgorde is vanaf het uiterst grote (via middenrif).

4a Voor *inademen* geldt: volgorde is vanaf het uiterst *grote* (via middenrif).

5i Voor *uitademen* geldt: volgorde is vanaf het uiterst *kleine* (via sleutelbeen).

Adem – In vs. Uit.

5 Bijlagen.

Geen.